

# PARAMETRY TRAS

Kat.	Etap 1 klasyk			Etap 2 sprint		Etap 3 średni			Etap 4 nocny			Etap 5 średni			Etap 6 nocny			Etap 7 średni			Etap 8 klasyk		
	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów	Długość [km]	Przewyższenie [m]	Ilość punktów
K10N	3,1	95	5	1,4	8	3,4	60	7	2,7	50	5	3,8	90	7	2,1	50	5	3	75	6	3,5	85	6
<b>K10</b>	<b>1,9</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>1,7</b>	<b>14</b>	<b>2,8</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>2,9</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>2,3</b>	<b>85</b>	<b>8</b>	<b>2,7</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>2,4</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>2,3</b>	<b>110</b>	<b>8</b>
K12	2,9	70	9	2,5	18	3,3	30	8	2,9	45	10	2,8	95	9	2,7	45	9	2,8	70	9	2,7	120	10
<b>K14</b>	<b>3,7</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>2,7</b>	<b>17</b>	<b>3,3</b>	<b>135</b>	<b>12</b>	<b>3,6</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>3,2</b>	<b>120</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>95</b>	<b>14</b>	<b>3,2</b>	<b>75</b>	<b>12</b>	<b>3,5</b>	<b>200</b>	<b>10</b>
K16	4,5	185	9	2,7	15	3,6	130	14	4,4	90	11	3,6	145	12	5,5	120	17	3,3	85	13	4,9	290	8
<b>K18</b>	<b>5,3</b>	<b>200</b>	<b>11</b>	<b>2,9</b>	<b>17</b>	<b>4,3</b>	<b>165</b>	<b>15</b>	<b>5,7</b>	<b>140</b>	<b>16</b>	<b>4,1</b>	<b>155</b>	<b>14</b>	<b>5,1</b>	<b>130</b>	<b>16</b>	<b>4,3</b>	<b>105</b>	<b>17</b>	<b>5,5</b>	<b>325</b>	<b>11</b>
K20	5,3	200	11	3	17	4,3	165	15	5,7	140	16	4,1	155	14	5,1	130	16	4,3	105	17	5,5	325	11
<b>K21A</b>	<b>4,5</b>	<b>185</b>	<b>9</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	<b>3,2</b>	<b>130</b>	<b>12</b>	<b>4,4</b>	<b>90</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>105</b>	<b>11</b>	<b>5,5</b>	<b>120</b>	<b>17</b>	<b>3,1</b>	<b>70</b>	<b>13</b>	<b>4,9</b>	<b>290</b>	<b>8</b>
K21E	7,4	330	16	3,3	19	4,6	165	16	5,7	140	16	4,7	170	16	5,1	130	16	4,6	90	17	7,4	375	16
<b>K35</b>	<b>4,5</b>	<b>185</b>	<b>9</b>	<b>2,7</b>	<b>17</b>	<b>3,6</b>	<b>130</b>	<b>14</b>	<b>4,4</b>	<b>90</b>	<b>11</b>	<b>3,6</b>	<b>145</b>	<b>12</b>	<b>5,5</b>	<b>120</b>	<b>17</b>	<b>3,3</b>	<b>85</b>	<b>13</b>	<b>4,9</b>	<b>290</b>	<b>8</b>
K40	4,1	175	10	2,7	17	3,6	130	14	4,4	90	11	3,6	145	12	5,5	120	17	3,3	85	13	4,2	225	9
<b>K45</b>	<b>3,7</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	<b>3,2</b>	<b>130</b>	<b>12</b>	<b>4,2</b>	<b>95</b>	<b>11</b>	<b>3,4</b>	<b>130</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>145</b>	<b>15</b>	<b>3,1</b>	<b>70</b>	<b>13</b>	<b>3,5</b>	<b>200</b>	<b>10</b>
K50	3,7	180	8	2,5	15	3,2	130	12	4,2	95	11	3,4	130	12	4	145	15	3,1	70	13	3,5	200	10
<b>K55</b>	<b>3</b>	<b>125</b>	<b>7</b>	<b>2,3</b>	<b>16</b>	<b>2,6</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>4,2</b>	<b>95</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>105</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>145</b>	<b>15</b>	<b>2,5</b>	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>3,1</b>	<b>175</b>	<b>8</b>
K60	3	125	7	2	14	2,6	100	12	2,6	65	8	3	105	11	3,1	120	15	2,5	50	12	3,1	175	8
<b>K65</b>	<b>2,7</b>	<b>110</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>2,4</b>	<b>125</b>	<b>11</b>	<b>2,6</b>	<b>65</b>	<b>8</b>	<b>2,6</b>	<b>90</b>	<b>9</b>	<b>3,1</b>	<b>120</b>	<b>15</b>	<b>2,4</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>2,5</b>	<b>160</b>	<b>7</b>
K70	2,2	80	5	2	14	2,4	125	11	2,6	65	8	2,6	90	9	3,1	120	15	2,4	70	11	2,3	130	6
<b>K75</b>	<b>2,2</b>	<b>80</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>2,4</b>	<b>125</b>	<b>11</b>	<b>2,6</b>	<b>65</b>	<b>8</b>	<b>2,6</b>	<b>90</b>	<b>9</b>	<b>3,1</b>	<b>120</b>	<b>15</b>	<b>2,4</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>2,3</b>	<b>130</b>	<b>6</b>
M10N	3,1	95	5	1,4	8	3,4	60	7	2,7	50	5	3,8	90	7	2,1	50	5	3	75	6	3,5	85	6
<b>M10</b>	<b>1,9</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>1,7</b>	<b>14</b>	<b>2,8</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>2,9</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>2,3</b>	<b>85</b>	<b>8</b>	<b>2,7</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>2,4</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>2,3</b>	<b>110</b>	<b>8</b>
M12	2,9	70	9	2,7	17	3,3	30	8	2,9	45	10	2,8	95	9	2,7	45	9	2,8	70	9	2,7	120	10
<b>M14</b>	<b>4,1</b>	<b>160</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	<b>3,3</b>	<b>135</b>	<b>12</b>	<b>3,6</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>3,2</b>	<b>120</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>95</b>	<b>14</b>	<b>3,2</b>	<b>75</b>	<b>12</b>	<b>4,3</b>	<b>275</b>	<b>9</b>
M16	6,1	235	14	3	20	4,2	150	14	4,4	90	11	3,9	125	14	5,5	120	17	4,3	70	17	6	340	12
<b>M18</b>	<b>7,9</b>	<b>365</b>	<b>18</b>	<b>3,2</b>	<b>22</b>	<b>4,6</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>5,7</b>	<b>140</b>	<b>16</b>	<b>4,3</b>	<b>150</b>	<b>17</b>	<b>5,1</b>	<b>130</b>	<b>16</b>	<b>4,6</b>	<b>90</b>	<b>17</b>	<b>7,8</b>	<b>425</b>	<b>14</b>
M20	7,9	365	18	3,4	23	4,6	165	16	5,7	140	16	4,3	150	17	5,1	130	16	4,6	90	17	7,8	425	14
<b>M21A</b>	<b>6,1</b>	<b>235</b>	<b>14</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	<b>4,2</b>	<b>150</b>	<b>14</b>	<b>5,1</b>	<b>135</b>	<b>14</b>	<b>4,1</b>	<b>155</b>	<b>14</b>	<b>4,8</b>	<b>175</b>	<b>18</b>	<b>4,3</b>	<b>70</b>	<b>17</b>	<b>6</b>	<b>340</b>	<b>12</b>
M21E	10,9	485	21	3,8	21	6,1	190	23	6,9	150	23	5,9	230	21	6,7	185	20	5,7	125	24	10,5	510	19
<b>M35</b>	<b>7,7</b>	<b>325</b>	<b>15</b>	<b>3,3</b>	<b>19</b>	<b>4,6</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>6,9</b>	<b>150</b>	<b>23</b>	<b>4,3</b>	<b>150</b>	<b>17</b>	<b>6,7</b>	<b>185</b>	<b>20</b>	<b>4,6</b>	<b>90</b>	<b>17</b>	<b>7,8</b>	<b>425</b>	<b>14</b>
M40	7,7	325	15	3,3	19	4,6	165	16	6,9	150	23	4,3	150	17	6,7	185	20	4,6	90	17	7,8	425	14
<b>M45</b>	<b>7,4</b>	<b>330</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>17</b>	<b>4,3</b>	<b>165</b>	<b>15</b>	<b>5,1</b>	<b>135</b>	<b>14</b>	<b>3,9</b>	<b>125</b>	<b>14</b>	<b>4,8</b>	<b>175</b>	<b>18</b>	<b>4,3</b>	<b>105</b>	<b>17</b>	<b>7,4</b>	<b>375</b>	<b>16</b>
M50	6,1	235	14	3	14	4,3	165	15	5,1	135	14	3,9	125	14	4,8	175	18	4,3	105	17	6	340	12
<b>M55</b>	<b>4,5</b>	<b>185</b>	<b>9</b>	<b>2,9</b>	<b>13</b>	<b>3,4</b>	<b>160</b>	<b>13</b>	<b>5,1</b>	<b>135</b>	<b>14</b>	<b>3,5</b>	<b>135</b>	<b>14</b>	<b>4,8</b>	<b>175</b>	<b>18</b>	<b>3,5</b>	<b>75</b>	<b>13</b>	<b>4,9</b>	<b>290</b>	<b>8</b>
M60	3,9	190	9	2,5	18	3,4	160	13	4,2	95	11	3,5	135	14	4	145	15	3,5	75	13	4,3	275	9
<b>M65</b>	<b>3</b>	<b>125</b>	<b>7</b>	<b>2,3</b>	<b>16</b>	<b>2,6</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>4,2</b>	<b>95</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>105</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>145</b>	<b>15</b>	<b>2,5</b>	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>3,1</b>	<b>175</b>	<b>8</b>
M70	3	125	7	2,3	16	2,6	100	12	2,6	65	8	3	105	11	3,1	120	15	2,5	50	12	3,1	175	8
<b>M75</b>	<b>2,7</b>	<b>110</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>2,4</b>	<b>125</b>	<b>11</b>	<b>2,6</b>	<b>65</b>	<b>8</b>	<b>2,6</b>	<b>90</b>	<b>9</b>	<b>3,1</b>	<b>120</b>	<b>15</b>	<b>2,4</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>2,5</b>	<b>160</b>	<b>7</b>
M80	2,2	80	5	2	14	2,4	125	11	2,6	65	8	2,6	90	9	3,1	120	15	2,4	70	11	2,3	130	6
<b>M85</b>	<b>2,2</b>	<b>80</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>2,4</b>	<b>125</b>	<b>11</b>	<b>2,6</b>	<b>65</b>	<b>8</b>	<b>2,6</b>	<b>90</b>	<b>9</b>	<b>3,1</b>	<b>120</b>	<b>15</b>	<b>2,4</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>2,3</b>	<b>130</b>	<b>6</b>
Krótka	2,7	110	7	1,7	14	2,6	100	12	2,6	65	8	3,2	120	11	3,1	120	15	2,5	50	12	2,5	160	7
<b>Średnia</b>	<b>4,1</b>	<b>175</b>	<b>10</b>	<b>2,7</b>	<b>15</b>	<b>3,3</b>	<b>135</b>	<b>12</b>	<b>3,6</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>3,4</b>	<b>130</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>95</b>	<b>14</b>	<b>3,2</b>	<b>75</b>	<b>12</b>	<b>4,2</b>	<b>225</b>	<b>9</b>
Długa	5,3	200	11	3,4	20	4,2	150	14	5,1	135	14	4,1	155	14	4,8	175	18	4,3	70	17	5,1	275	9
<b>Rodzinna</b>	<b>3,1</b>	<b>95</b>	<b>5</b>	<b>1,4</b>	<b>13</b>	<b>3,4</b>	<b>60</b>	<b>7</b>	<b>2,7</b>	<b>50</b>	<b>5</b>	<b>3,8</b>	<b>90</b>	<b>7</b>	<b>2,1</b>	<b>50</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>75</b>	<b>6</b>	<b>3,5</b>	<b>85</b>	<b>6</b>